

A photograph of an older man with white hair and glasses, wearing a grey blazer over a light pink shirt. He is smiling and looking towards the camera while playing table football on a green table. His hands are positioned over the miniature players. The background consists of lush green foliage.

MÄNNERSACHE

Auch im Alter am Ball bleiben



Liebe Leserin, lieber Leser,

die Lebenserwartung von Frauen liegt – statistisch gesehen – fast fünf Jahre über der von Männern. Aber auch Männer können damit rechnen, über 80 Jahre alt zu werden. Das deckt sich mit unseren Erfahrungen: Der Anteil männlicher Bewohner bei Kursana nimmt weiter zu. Das macht das Leben in unseren Häusern noch vielfältiger. Lesen Sie dazu die Beispiele auf den nächsten Seiten, die ein für mich beeindruckendes Gesamtbild ergeben.

Dass auch die Politik auf die Anforderungen einer älter werdenden und damit stärker pflegebedürftigen Gesellschaft eingeht, begrüße ich. Endlich hat die Bundesregierung die Pflege als zentrales Thema erkannt. Bereits das Pflegestärkungsgesetz I brachte Entlastung für die Mitarbeiter und mehr Beschäftigung für die Senioren, weil zusätzliche Betreuungskräfte eingestellt und refinanziert werden konnten. Das Pflegestärkungsgesetz II wird mehr Gerechtigkeit bringen. Überfällig waren vor allem die zu erwartenden Leistungsverbesserungen für die steigende Zahl von Menschen mit Demenz, die mit den neuen fünf Pflegegraden ab 2017 umgesetzt werden. Das Kursana Magazin wird regelmäßig über die Fortentwicklung der Pflegereform berichten.

Auf unser 30. Jubiläum blicken wir nochmal zurück. Es wurde in den Häusern mit vielen Aktivitäten gefeiert. Zum Jubiläum haben wir eine Kursana-App entwickelt, in der wir die tolle Arbeit unserer Mitarbeiter in den Vordergrund stellen und loben wollen. Wir hoffen, dass diese App einen Beitrag für mehr Wertschätzung des Pflegepersonals in der Öffentlichkeit und Gesellschaft leisten wird.

In diesem Sinne grüßt Sie herzlich

Jörg Braesecke

Vorsitzender der Geschäftsführung Kursana

Inhalt

Das Titelthema MÄNNERSACHE

Männer beanspruchen Rückzugsorte. Die Geschichten, Porträts und Reportagen zeigen, wie vielfältig das Leben (auch) der Männer bei Kursana ist.

- 06 Unter uns mit „Uns Uwe“**
Fachsimpeln in der Männerrunde gemeinsam mit Deutschlands Fußball-Legende Uwe Seeler
- 10 Manns-Bilder!**
„Man(n), was war ich für ein Kerl ...!“, sagten Kursana-Bewohner und schickten Fotoschätze
- 12 Mann-o-Mann & Die Schritt-Macher**
Die Magazin-Reporter schauten Männerrunden bei Lieblingstätigkeiten über die Schulter
- 13 Die Laster-Freunde & Die Skat-Kumpel**
- 14 Die Wein-Philosophen & Die Bau(markt)-Herren**
- 15 Die Bade-Meister**
- 16 Das Forellen-Quartett & Die Rad-Retter**
- 17 Die Holz-Werker & Die Old-Timer**
- 18 Die PS-Liebhaber & Die Tribünen-Trainer**
- 19 „Ja, Männer sind wehleidiger“**
Marco Skeirat zu „Männer werden gepflegt“
„Männer sind gern bequemer“
Ronald Sommerfeld zu „Männer werden aktiv“

Titelbild: Fußball-Legende Uwe Seeler, 79, fühlte sich sichtlich wohl beim Fachsimpeln und Tipp-Kick mit der Männerrunde in der Kursana Villa Reinbek

- 20 **Ältesten-Rat**
Über 100-Jährige, denen man es nicht ansieht –
Zwei Bewohner verraten ihr Lebensrezept

- 22 **Kraft & Schröter – die Rolli-Tester**
Zwei technikbegeisterte Bewohner im Kursana
Domizil Bremen und ihr Rollator der Zukunft

- 24 **Schicht-Wechsel**
Als Maurer, Tischler, Installateur bauten sie einst
Häuser. Heute umsorgen sie Wachkoma-Patienten

- 26 **Fels in der Brandung**
Eike Zabel begleitet in Aurich Bewohner auf der
letzten Etappe ihres Lebensweges

- 28 **Mann, gib acht!**
Jeder Zweite über 50 leidet an einer Vergrößerung
der Prostata. Wie man(n) vorbeugen kann

- 30 **Neue Heimat**
Vom ersten Spatenstich an: das Entstehen
des Kursana Domizils in Kürten

- 32 **Streiflichter**
Ein kleiner Ausschnitt aus der Vielfalt an
Aktivitäten der Kursana-Häuser

- 35 **Jubiläums-Jahr**
Eine App und ein Imagefilm
zu 30 Jahren Kursana

- 36 **Ansichten & Einsichten**
Unterhaltsame Spielfilme aus jüngster
Zeit zum Thema „Älterwerden“

- 38 **Rätseln & Gewinnen**

- 40 **Impressum**



16



22



12



MÄNNERSACHE

Auch im Alter am Ball bleiben

„Männer werden älter, aber sie bessern sich nie“, hat Oscar Wilde scherzhaft gesagt. In der Tat: Männer sind anders – und nicht immer ganz einfach. Aber Männer wissen auch genau, was sie wollen – gerade im Alter. Manchmal wollen sie unter sich sein, manchmal wollen sie bemuttert werden.

Immer mehr männliche Bewohner leben in Senioreneinrichtungen. Sie haben besondere Ansprüche, sie wünschen sich besondere Angebote. In Geschichten, Porträts und Reportagen zeigen wir, wie vielfältig das Leben (auch) der Männer bei Kursana ist.





Tipp-Kick, das altbekannte Tischfußballspiel mit den kleinen metallenen Spielfiguren, begeisterte beim Treffen mit Uwe Seeler nicht nur Walter Ohlendorf aus dem Kursana Domizil Hamburg-Billstedt – das Toreschießen verlernt man nicht...

Unter uns mit „Uns Uwe“

Ein Tipp-Kick-Turnier in Männerrunde ... und mit Deutschlands Fußball-Legende Uwe Seeler über Fußball fachsimpeln: Ein Traum ging für Kursana-Bewohner in Reinbek in Erfüllung. „Uns Uwe“ zeigte sich, wie man ihn kennt: bescheiden, natürlich, gut gelaunt.





Bevor Uwe Seeler den (fast) goldenen Siegespokal an Richard Marner, 89, überreichte (linkes Foto), verwandelte sich die Kursana Villa Reinbek in das Hamburger Volksparkstadion... zumindest was die Begeisterung und die Anfeuerungslautstärke anging (Foto oben: Rudolf Langpaap und William Khoshaba). Männer bleiben eben große Jungs...

Ist er es wirklich? Alle Gespräche sind plötzlich verstummt, alle Köpfe drehen sich zum Eingangsbereich. Kleiner ist er als gedacht, inzwischen auch schon leicht gebeugt. Doch sein Gesicht kennt jeder, auch das Lächeln und die Stimme. „Lassen Sie sich bitte nicht stören. Entschuldigung, ich bin eine Viertelstunde zu früh.“ So ist er, und die Entschuldigung meint er ehrlich.

Uwe Seeler in der Kursana Villa Reinbek. Ungeduldig, fast ein wenig widerwillig wenden sich die rund 15 Männer noch einmal ihrer bis-

herigen Beschäftigung zu: Sie spielen ein Tipp-Kick-Turnier, das altbekannte Tisch-Fußballspiel mit den kleinen metallenen Spielfiguren und dem achteckigen, zweifarbigen Ball. Kurzerhand wird das Halbfinalspiel abgekürzt, damit der ehemalige Mittelstürmer Uwe Seeler den Anstoß zum Endspiel ausführen kann. Dazu gibt es extra einen Tipp-Kick-Spieler in HSV-Farben. Den Anstoß zirkelt er direkt ins Tor, na klar – doch der Treffer wird nicht gezählt. Jetzt sind die beiden Finalgegner dran: Richard Marner, 89, aus der Kursana Villa Reinbek und ▶

Uwe Seeler in Zahlen

Geboren am 5. November 1936 in Hamburg; 1946: Eintritt in den HSV; 1953: (als 16-Jähriger) Erstes Spiel in der Herren-Mannschaft (dem 587 Spiele und 508 Tore folgten); 1954: Erstes Länderspiel (dem 72 Länderspiele und vier WM-Teilnahmen folgten); 1960: erstmals Fußballer des Jahres; 1963: Berufung in die Weltelf; 1970: Sportler des Jahres / Ehrenspielführer der Nationalmannschaft / Auszeichnung mit dem Großen Bundesverdienstkreuz (als erster Sportler überhaupt); 1971: Ende der Profi-Karriere; 2003 Ehrenbürger der Freien und Hansestadt Hamburg.

Uwe-Seeler-Traditionself und Uwe-Seeler-Stiftung

Seit 1974 gibt es die „Uwe-Seeler-Traditionself“. Fast alle berühmten deutschen Fußballer spielten und spielen in ihren Reihen: von Franz Beckenbauer bis Wolfgang Overath und Karl-Heinz Rummenigge. Uwe Seeler selbst begleitet sein Team bis heute als Delegationsleiter. Außerdem hat er 1996 eine eigene Stiftung ins Leben gerufen. „Wer dem Sport so viel zu verdanken hat und auf der Sonnenseite des Lebens steht, der sollte jenen etwas abgeben, die niemals die Möglichkeit hatten, ein solches Glück zu empfinden“, sagt der Namensgeber.

Wer spenden möchte: Uwe-Seeler-Stiftung,
Tel: 040 - 30 98 02 20 / Hypo Vereinsbank
IBAN DE 19200300000000160606
BIC HYVEDEMM300



Rudolf Langpaap, 76, aus dem benachbarten Domizil Buchholz. Zehn Minuten später steht der Sieger fest: 2:1 nach Verlängerung für Richard Marnier, der mit seiner Ehefrau seit vier Jahren bei Kursana wohnt und auch heute noch fast jedes Fußballspiel im Fernsehen verfolgt. Auch ansonsten ist sein „Terminplan“ gut gefüllt, denn die Senioren-Villa bietet ein großes Aktivitäten- und Kulturprogramm – Vorträge, Lesungen, Musik- und Kinonachmittage bis hin zu Herz-Kreislauf-Trainings und Tanzabenden.

Stolz nimmt er aus den Händen von „Uns Uwe“, wie die Hamburger sagen, den goldglänzenden Pokal entgegen. Für Rudolf Langpaap und die anderen Kicker – neben den genannten Häusern auch Teilnehmer aus Hamburg-Billstedt und Oststeinbek – gibt es edle Erinnerungsmedaillen mit schwarz-rot-goldener Kordel. Derweil ist die Kaffeetafel gedeckt, einschließlich einer großen Sahnetorte in Form eines Fußballfelds – „eine kleine Aufmerksamkeit an die Männer.“ Uwe Seeler bedankt sich. Villen-Direktorin Maria Helena

Cammas, 60, verspricht, den Dank weiterzugeben. „Bei den Vorbereitungen waren wir Feuer und Flamme. Ich freue mich, dass es Ihnen allen so gut geht; wir lassen Sie jetzt allein“, sagt sie beim Hinausgehen.

„Manchmal müssen wir Männer auch mal unter uns sein“, erklärt „Alterspräsident“ Wilhelm Reimer, 91, der seit 2010 im Kursana Domizil Oststeinbek wohnt. Er hat sich sofort den begehrtesten Platz direkt neben Uwe Seeler gesichert. Auf der linken Seite, denn rechts hört der vierfache Weltmeisterschafts-Teilnehmer nach einem schweren Verkehrsunfall vor zwei Jahren nichts mehr. „Außerdem bin ich bald 79“, erklärt Uwe Seeler lapidar.

Einer aus der Männerrunde erzählt, wie er vor 70 Jahren als Knirps in der Jungenmannschaft des SC Concordia gegen Uwe Seeler, den „Jungspund“ vom Hamburger SV, gespielt hat: Horst Müller, 78, aus der Villa Reinbek. „Erinnerst du dich?“, fragt er. Uwe Seeler schmunzelt.

„Einmal Hamburger, immer Hamburger“

Das Eis ist gebrochen. Es wird über die hohen Ablösesummen und Spielergehälter gefachsimpelt. Allgemeines Kopfschütteln. Und wie war das damals 1961, als Uwe Seeler ein Millionenangebot – unvorstellbar hoch

– aus Italien erhielt ... und es ausschlug? „Ehrlich, mir war schon schwindelig bei so viel Geld. Beim HSV verdiente ich 500 D-Mark – brutto. Mein Trainer sagte: ‚Denk‘ dran, hier bist du zu Hause, hier lieben dich alle.‘ Ich blieb in Hamburg und hab‘ es nie bereut.“

Und was hat ihn so erfolgreich gemacht als Fußballer, will Walter Scholz, 70, wissen. Die Antwort ist schlicht – mit einer Weisheit, die ihm sein Vater „Old Erwin“, einst selbst eine Fußball-Berühmtheit, mit auf den fußballerischen Weg gab: „Wenn du nicht weißt, wohin mit dem Ball, dann hau‘ ihn ins Tor.“

Wie auf das Stichwort hin, fängt die Männerrunde jetzt an, von Uwe Seelers berühmten Toren zu schwärmen. „Weißt du noch, damals bei der WM in Mexiko, das Tor mit dem Hinter-



Wunschträume werden wahr

Bei der Aktion „Wünsch dir was!“ geht es um Träume, deren Erfüllung in weite Ferne gerückt schien. Erfüllt wurden bisher unter anderem folgende Wünsche: ein Treffen mit Box-Idol Henry Maske im Kölner Sportmuseum, ein Segeltörn mit dem Schauspieler Horst Janson über den Chiemsee (Foto), Kaffeetrinken mit Gloria von Thurn und Taxis, Lokomotivführer auf der Brockenbahn, eine Verwandlung im Studio Babelsberg zu Madame Pompadour, ein Rundflug mit einer alten Ju 52. Schreiben Sie an die Redaktion – wir versuchen, Ihren Wunsch wahr werden zu lassen.



„Meine Hochzeitstorte war nicht annähernd so schön“, raunte einer der Senioren. Die Sahnetorte als Fußballfeld, die Fußball-Deko auf den Tischen und an den Wänden – das Mitarbeiter-Team um Maria Helena Cammaus hatte sich für den Besuch des prominenten Gastes richtig ins Zeug gelegt. Dafür gab es rauschenden Applaus von den Hamburgern

kopf?“ – „Und dann erst die Fallrückzieher!“ – „Aber Wembley war schlimm!“ Alle sind jetzt in ihrem Element, hier sind die Fußballexperten unter sich. Ein wenig unwillig reagieren Akteure und Hauptakteur deshalb, als die Bitte des Fotografen kommt, das schöne Sonnenlicht im Garten der Villa noch für ein paar Fotos zu nutzen. Jetzt dürfen Frauen wieder dabei sein. Uwe Seeler hat nun Zeit, ein wenig mehr von der Kursana Villa und ihrer Atmosphäre mitzubekommen. Sofort ins Auge fällt der stilvolle Wohnkomfort und das Gründerzeit-Ambiente. Auch, dass ihm außergewöhnlich viel Personal für die Betreuung der Senioren begegnet, fällt dem prominenten Gast auf. Er schaut kurz in das Kaminzimmer hinein und macht einen Stopp in der Wohnlobby mit ihrer offenen Galerie. „Schön ist es hier, das gefällt mir sehr.“ Mit Ehefrau Ilka – seit

„Schön ist es hier, das gefällt mir sehr“

56 Jahren sind sie verheiratet –, drei Töchtern und sieben Enkeln ist fürs Alter gut vorgesorgt. „Aber man weiß ja nie...“, ergänzt er.

Bevor ihn der Kursana-Kleinbus wieder nach Hause ins heimische Norderstedt an der Stadtgrenze Hamburgs bringt, verabschiedet sich Uwe Seeler per Handschlag von seinen Gesprächspartnern der Männerrunde. An Lob für den Gast wird nicht gespart: „Ich hätte nie gedacht, dass ein Prominenter so natürlich und bodenständig sein kann“, meint Reinbek-Bewohner Horst Müller.

Auf dem Weg durchs Restaurant zum Ausgang wird der derart Gelobte von einer älteren Dame angesprochen, die vorher eher teilnahmslos und in sich gekehrt an ihrem Kaffee genippt hatte: „Ha, Sie sehen aus wie Uwe See-

ler“, sagt sie forsch. „Ich seh’ nicht nur so aus. Ich bin’s auch“, lacht er, bleibt stehen und gibt ihr die Hand. „Ich hoffe, es geht Ihnen gut.“ Das verschlägt ihr glatt die Sprache, sie strahlt nur noch und will die Hand gar nicht mehr loslassen. ■

Die Männerrunde der Fußballexperten

Villa Reinbek: Richard Marnier, 89; Horst Müller, 78; Walter Scholz, 70
Domizil Buchholz: Joachim Dittrich, 83; Wolfgang Krüger, 68; Rudolf Langpaap, 76
Domizil Oststeinbek: Kurt Künstler, 88; Horst Pichottky, 90; Wilhelm Reimer, 91; Hans Vaitkevicius, 86
Domizil Hamburg-Billstedt: Rudolf Sondermann, 69; William Khoshaba, 79; Günter Moldenhauer, 83; Walter Ohlendorf, 84

Manns-Bilder!

„Man(n), was war ich für ein Kerl...!“, sagten mehr als fünfzig betagte Kursana-Bewohner und schickten Fotoschätze aus ihren jungen Jahren. Anlass war eine Mitmach-Aktion, bei der es „männliche“ Buchpreise zu gewinnen gab.



▶ Rolf Vaupel, Jahrgang 1941, lebt seit 2013 in der Kursana Villa Oberursel. Das Foto zeigt ihn als 16-Jährigen in der Uniform des Spielmannszuges der TSG Oberursel, deren 1. Vorsitzender er später wurde.



◀ Hermann Dürner, Jahrgang 1937, hat Werkzeugmaschinenbauer gelernt. Heute lebt er im Kursana Domizil Donzdorf. Das Foto zeigt ihn 1958, kurz bevor er die Meisterprüfung ablegte.



▼ Karlheinz Kohl, Jahrgang 1935, lebt seit 2014 in der Kursana Villa Reinbek. Sein größtes Hobby war die Bergsteigerei, das Foto zeigt ihn (links) 1981 auf dem Gipfel eines Dolomiten-Dreitausenders.

▲ Dr. Gerhard Wilhelm Driesen, Jahrgang 1927, lebt seit 2013 mit seiner Frau in der Kursana Villa Wiesbaden. Das Foto zeigt ihn 1959 an seinem Arbeitsplatz als Pharmazeutischer Chemiker.





▶ Josef Pilny, Jahrgang 1922, lebt seit 2014 im Kursana Domizil Weißwasser. Das Foto von 1950 zeigt den damaligen Linksaußen bei der SG Dynamo Löbau im Kreis seiner Mannschaft (außen rechts).



▶ Alfons Treisch, Jahrgang 1926, lebt seit 2013 im Kursana Domizil Grimmen und war Sportlehrer. Seine Leidenschaft gehört der Musik – auf dem Foto von 1948 als Akkordeonspieler der „Kapelle Lange“.



▶ Johann Nöbauer, Jahrgang 1946, lebt seit 2011 in der Kursana Residenz Regensburg. Er erlernte zwei Berufe: Werkzeugmacher und Dachdecker. Das Foto von ca. 1975 zeigt ihn hoch oben über Regensburg-Königswiesen.



▶ Dieter Bernhard, Jahrgang 1944, lebt seit 2014 im Kursana Domizil Ergolding. 1964 (Foto) meldete er sich zur Bundeswehr, in der er bis zum 53. Lebensjahr als Berufssoldat Dienst tat.

▶ Max Werner Weidtmann, Jahrgang 1935, lebte seit 2014 in der Kursana Residenz Wedel. Das Foto zeigt ihn 1966 auf seiner Segelyacht „Erpel Snatt“ – mit der Taufgirlande, die traditionell der See übergeben wird. Er verstarb am 21. Oktober.



Mann-o-Mann

Viele der Herren in den Kursana-Einrichtungen wollen aktiv sein und tun, was ihnen richtig Spaß macht. Denn nun haben sie Zeit und Muße dazu. Die „Kursana Magazin“-Reporter schauten Männerrunden bei Lieblingstätigkeiten über die Schulter.

Die Schritt-Macher

Dienstag ist Chor, zweimal die Woche Bewegungstraining – dazu gibt's Handarbeitsgruppen und gemeinsame Ausflüge. Eigentlich ist das Freizeitangebot im **Kursana Domizil Berlin-Marzahn** gut. Bis die Männer forderten, was man sonst eher von Frauen kennt: Gleichberechtigung. Ihnen ist das Angebot zu frauenlastig. „Wir gehen natürlich auch zum Singen oder zur Gymnastik“, sagt Gerhard Holtfreter, 86, vom Heimbeirat, „aber wir wünschen uns eben auch Angebote, die mehr für uns Männer sind.“

Im Haus stießen sie damit auf offene Ohren. Auch weil ihr Anteil wächst. Derzeit kommen auf 40 männliche Bewohner 106 Frauen. „Früher war das noch viel unausgeglichener“, sagt Domizil-Direktor Ronald Sommerfeld, 51 (siehe auch Interview auf Seite 19). Gemeinsam mit Ergotherapeutin Heiderose Müller, 56, verwirklichte er Wünsche und Ideen der männlichen Bewohner – sozusagen als Trendsetter. Im fünften Stock des Hauses wurde ein Raum als Billardzimmer und Männertreff eingerichtet, in dem die Männer unter sich bleiben. Der Treff umfasst aktuell zehn Bewohner, der jüngste ist 68, der älteste 96 Jahre alt. Eine Liste mit Ausflugszielen entstand: „Wir wollten zusammen ins Technikmuseum,

zum Angeln oder zu einer Eisenbahnmodellanlage“, sagt Männergruppen-Mitbegründer Gerhard Heinemann, 88. „Und zum Basketball oder zum Fußball“, ergänzt Henri Huguenin, 83.

Realisiert wurde auch ein Besuch der Freiwilligen Feuerwehr vor dem Haus. „Das kam sehr gut an“, erinnert sich Heiderose Müller. Auch ihre Ergotherapie richtet sie mittlerweile geschlechtsspezifischer aus, setzt für die Männer auf Krafttraining. Ihre Kraft anwenden können sie bald in einer Männerwerkstatt. Ronald Sommerfeld hat auch einen anderen Wunsch der männlichen Bewohner möglich gemacht: den Auftritt einer Bauchtänzerin. „Mann bleibt eben Mann“, meint er lächelnd.

Männertreff mit Kugeln: Holger Müller, Henri Huguenin, Gerhard Heinemann und Manfred Preuß (v. l.) kämpfen um jeden Punkt



Die Laster-Freunde

Nein, in die geleckten Werkstätten für PKW wollen sie nicht, das sei „Spielkram“. Da sind sich die vier Männer aus dem **Kursana Domizil Grimmen** einig. Sie wollen zu den großen LKWs, dorthin, wo es noch nach Öl riecht und wo es nicht ganz so clean ist.

Die großen Laster werden im Auto-Center Grimmen repariert – und da sind die Senioren ganz in ihrem Metier: Erwin Priewe ist früher schwere Tankwagen gefahren, Herbert Gladrow, 79, steuerte schnurgerade seinen Mähdrescher über die Felder und Herbert Degler, 80, hat Busse überführt und war auf allen damals gängigen LKW zu Hause. „Wir haben bei Frost die Scheiben runtergelassen, damit nichts zufriert“, erinnert er sich. Er freut sich, dass die Kollegen heute so wunderbaren Komfort genießen. Und er nimmt auch gleich mal in der Fahrerkabine eines Mercedes Platz. Eigentlich könne es jetzt losgehen, meint er. Die Männer kommen ins Fachsimpeln darüber, wie man die großen Maschinen früher repariert hat: mit wenig Hydraulik, wenigen Ersatzteilen, aber mit viel Muskelkraft.

Dann werfen sie sich Zahlen-Buchstaben-Kombinationen zu, mit denen nur sie etwas anfangen können: „Ich bin den 516er gefahren, auch den G5; und der H3A und H6 gingen schwer oder der W50...“ Selbst Werkstattmitarbeiter Maik Bugs hört verblüfft zu. Man merkt der Männerrunde an: Hier sind sie ganz in ihrem vier-rädrigen Element.

Fachkundige Besucher: Herbert Degler, Erich Heinrich, Erwin Priewe und Herbert Gladrow (v. l.) mit Werkstatt-Mitarbeiter Maik Bugs (2. v. r.)



Die Skat-Kumpel

„Erst mauern und dann noch Kontra geben, du alter Zausel!“, empört sich Peter Kaluza, 61. Wer verliert auch schon gern einen Grand, noch dazu mit 60 Punkten und einem Kontra der Gegenseite? Der „alte Zausel“ ist Rudi Ebert, mit 83 der Ältteste in der Skatrunde im **Kursana Domizil Zwickau**. „Was machst du mir auch mein Blatt kaputt? Kontra – ist doch logisch.“ Skatspieler unter sich. Direktor Mike Hahn, 43, der kurz vorbeischaut, muss schmunzeln – und gibt zu: „Ich verstehe kein Wort.“ Auch Ergotherapeutin Kim Wagner, 26, weiß mit dem traditionellen Kartenspiel nichts anzufangen. „Romme kenne ich, aber Skat?“ Hans Ebert, 82, kommentiert lapidar: „Frauen haben hier ohnehin nichts verloren.“ „Die machen doch schon beim Zusehen Fehler“, ergänzt Matthias Lohse. Vier Skat-Machos unter sich.

Seit Februar 2015 treffen sie sich drei- bis viermal die Woche. Das war am Anfang gar nicht so einfach. Denn wer schon mal gekiebitzt hat, der weiß, dass es beim Skat nicht eben leise zugeht. Zu laut jedenfalls für einige Mitbewohner. Also nahm das Quartett Rücksicht und zog in einen abseits gelegenen Kulturraum.

„Wir freuen uns jedes Mal auf den Treff. Skat, das ist Entspannung und bestes Training fürs Gehirn.“ Der ehemalige Bergmann Rudi Ebert ist sich da eins mit seinen Mitspielern. Ein Problem freilich muss er noch lösen. In der Jahreswertung liegt er „nur“ auf Platz zwei. „Ich muss also noch ein paar ordentliche Spiele machen oder halt mauern und Kontra geben. Alter Zausel hin, alter Zausel her.“

Die Wein-Philosophen

Mit ihren Weinen sind die männlichen Bewohner aus der **Kursana Residenz Wedel** schon um die ganze Welt gereist: Bei ihren monatlichen Treffen wurden an der festlich gedeckten Tafel edle Tropfen aller Kontinente verkostet. Und immer kann einer der weitgereisten Herren mit persönlichen Anekdoten aufwarten. Vom „feinherben Riesling aus der Moselregion“, den Direktor Claus Heydebreck, 46, kredenzt, schwärmt Günter Frank, 83: „Meine Frau und ich haben in Deutschland jede Weinregion besucht. Dies ist genau mein Geschmack.“

Seit zwölf Jahren trifft sich ein knappes Dutzend Bewohner zur Fachsimpelerei über Wein, zum Schwelgen in Erinnerungen und zur Diskussion über das tagespolitische Geschehen. „In dieser Runde können wir in vertrauter Atmosphäre drauflos philosophieren“, sagt Otto G. Schade, 94. Der ehemalige Unternehmer lebt seit 22 Jahren in der Residenz, hat 16 Jahre als Vorsitzender im Heimbeirat mitgewirkt. „Er kann viele unter-



Spannende Debatten und fundiertes Weinwissen: Horst Dummann, Hans-Joachim Prochnow und Claus Martens (v. l.) beim Verkosten

haltsame Geschichten aus dem Kursana-Leben erzählen“, freut sich Claus Martens, 91, der als Redakteur bei der BBC in London gearbeitet hat.

Den roten Rioja, der als zweiter Wein verkostet wird, genießt besonders Erhard Schwartz, 93, der 30 Jahre in Spanien zuhause war. Beim Thema Mittelmeerländer wird es wieder ernster, denn jetzt wird kontrovers über die Griechenlandkrise debattiert. „An unserer Tafel werden alle Probleme der Welt gelöst“, meint Hans-Joachim Prochnow, 85, und schmunzelt.

Die Bau(markt)-Herren



Da sitzt noch jeder Handgriff: Helmut Emmerich, Rainer Gibson, Michael Schöne und Betreuer Milos Kalendar (v. l.) im Baumarkt

Zwischen Gang 71 und 72 riecht es nach frisch geschnittenem Holz. Das ist für Rainer Gibson, 68, wie Parfum. „Ich liebe Holz. In meinem nächsten Leben werde ich Schreiner“, sagt der ehemalige Bürokaufmann.

Gemeinsam mit vier anderen Senioren aus dem **Kursana Domizil Seligenstadt** besucht er regelmäßig einen

Baumarkt. Die Männer schauen, stöbern, fachsimpeln und besorgen Materialnachschub. Dann wird in der eigens für sie eingerichteten Holzwerkstatt im Domizil gesägt, gebohrt, geschraubt, geschmirgelt. Als nächstes Projekt will die Männergruppe einen Wegweiser herstellen. Der soll auf die Namen der Wohnbereiche und die Entfernungen in Meter hinweisen.

Im Heimwerkermarkt fühlen sich die Männer wie im Paradies oder auf einem Abenteuerspielplatz. „Da gibt es viel zu entdecken, und wir können Anregungen mitnehmen“, sagt der 99-jährige Heinz-Friedrich Klaas, der früher für die Instandhaltung eines Mehrfamilienhauses zuständig war. Die Besucher aus dem Seligenstädter Domizil sind eine starke Truppe mit viel Kompetenz. Jahrzehntlang haben die meisten von ihnen als Stahlbauschlosser, Gas- und Wasser-Installateur und Elektriker Berufserfahrungen gesammelt. Der Abschiedsgruß des Beraters in der Holzabteilung klingt deshalb auch kollegial: „Bis zum nächsten Mal, Jungs. Haut rein!“

Die Bade-Meister

Langsam steigt Walter Ohlendorf, 86, am Arm von Antonio Tabatabai, 38, die Stufen des Schwimmbads hinab. Die ersten Schritte im 32 Grad warmen Wasser sind für den Bewohner aus dem **Kursana Domizil Hamburg-Billstedt** noch etwas unsicher. Vorsichtig setzt Walter Ohlendorf, der seit einem halben Jahr im Rollstuhl sitzt, zu den ersten Schwimmzügen an. Dann strahlt er. „Macht das einen Spaß!“, ruft er. „Ich habe das Schwimmen nicht verlernt.“ ▼



Haben sichtlich Spaß im warmen Nass: die Schwimmgruppe (linkes Foto) um – im Hintergrund – Antonio Tabatabai: Rudolf Sondermann, Günter Moldenhauer, Walter Ohlendorf und William Khoshaba (v. l.)



Seit Ende 2014 macht sich die Männer-Schwimmgruppe aus dem Domizil einmal im Monat ins barrierefreie Schwimmbad ihres Stadtteils auf. Mit Unterstützung ihres Leiters der Sozialen Betreuung, Antonio Tabatabai, und des ehrenamtlichen Mitarbeiters Jürgen Janus, 60, genießen die Bewohner das nasse Element. Und das Wasser fordert den Sportsgeist heraus. „Frauen schwimmen. Männer schwimmen um die Wette“, sagt Antonio Tabatabai. „Männer wollen sich beweisen, egal wie alt sie sind. Das liegt wohl in unseren Genen.“

Der Hamburger war 2014 der erste männliche Leiter „Soziale Betreuung“ einer Kursana-Einrichtung – und er

Reeperbahn. „Toni ist eben einer von uns. Dazu gehört auch, dass wir Männer einfach mal unter uns bleiben wollen“, sagt Günter Moldenhauer, 83.

Im Schwimmbad haben sich Walter Ohlendorf, Günter Moldenhauer und ihr „Vorschwimmer“ Antonio Tabatabai mittlerweile an den Händen gefasst und tauchen immer wieder kurz unter. Wer kann am längsten unter Wasser bleiben? Prustend albern die Männer herum. William Khoshaba, 76, verfolgt das Geschehen vom Beckenrand, nicht ohne von seinen „Kumpels“ ordentlich nass gespritzt zu werden. Und Rudolf Sondermann, 69, lässt sich von einer Düse am Beckenrand das warme Wasser über die Brust perlen – und genießt.



Auch ohne Anglerglück zufrieden: Kurt Fischer, Karl-Heinz Berger, Gustav Dittmann und Arthur Ganter (v. l.) genießen die Ruhe

Die Rad-Retter

Zugegeben, sagen die Männer, die Idee zu unserer Fahrradwerkstatt stammt von einer Frau. Bärbel Knoll, 51, Mitarbeiterin der Sozialen Betreuung, hatte ein altes Fahrrad im Keller. Sie dachte sich, aufgehübscht wäre das ein schöner Blickfang für den Innenhof des Kursana Domizils Greifswald.

Schnell fanden sich radkundige Männer und auf ging's. Das ist gut eineinhalb Jahre her – und die Werkstatt floriert inzwischen. „Es muss ordentlich geschraubt werden, manchmal wird auch rohe Gewalt angewandt“, sagt Bernhard Kurt, 86, der seit Beginn in der Werkstatt mithilft. Domizil-Direktor Hartmut Grotehans, 54, kommentiert lächelnd: „Das ist eben die besondere Herausforderung für die Fahrrad-Monteur.“ Rahmen, Reifen, Lenker, Klingeln, Speichen werden aufgearbeitet, einsortiert und dann bei Bedarf in andere Räder eingebaut. So entstand auch das neue/alte Klappfahrrad für die Jungen und Mädchen der Kita „Makarenko“. Die Kinder freuten sich mächtig und rasten damit gleich durch Innenhof und Garten.

Walter Lahs, 83, ist wie die anderen sein Leben lang mit dem Rad zur Arbeit gefahren, kennt jedes Schraubchen. „Allerdings sind heute alle Räder mit modernem Schnickschnack ausgestattet, aber das stört mich nicht – Fahrrad bleibt Fahrrad“, sagt er. So kommen auch immer wieder Mitarbeiter des Hauses mit kleinen Fahrrad-Problemen – wie Schlauch wechseln, Sitz richtig einstellen, Speichen richten. Natürlich hilft das Fahrrad-Team prompt. Die Räder drehen sich weiter ...

Geschickte Hände machen aus Alt wieder Neu: Siegfried Dinse und Walter Lahs (v. l.) aus der Greifswalder Fahrrad-Werkstatt



Das Forellen-Quartett

„Warum nimmt man eine Frau nicht mit zum Angeln? Sie schwatzt zu viel, sie läuft dauernd herum – und sie fängt zu viele Fische.“ Über diesen uralten Anglerwitz können sich die vier Männer aus dem **Kursana Domizil Stavenhagen** auch heute noch herzlich amüsieren. Sie sitzen um den kleinen Angelteich, genießen die Stille und die schöne Landschaft. Doch dann packt sie das Jagdfieber. Karl-Heinz Berger, 69, sagt: „Man kann ja sein Glück mal versuchen.“

Kurt Fischer, 93, stellt seinen Schwimmer an der Angel tiefer, dann werden die verschiedenen Köder ausprobiert: Teig, Spinner, Heuschrecken, Maiskörner, Mehlwürmer. Aber die Forellen wollen nicht anbeißen. Arthur Ganter, 81, der diesen Angelausflug anregte, bleibt ganz entspannt. Seit 1958 hat er einen Angelschein und ist wohl an jedem Wochenende auf Fischzug gewesen. Neben ihm steht Gustav Dittmann, 85, der von Barschen, Schleien, Plötzen und großen Hechten erzählt, die er aus Seen gezogen hat – aber hier geht nichts. „Wieder alles abgefressen“, schimpft er fröhlich.

„Es ist zu warm“, meint Gustav Dittmann. Dann zückt er sein Handy und ruft die Freundin im Kursana Domizil an: „Ja, jeder eine Forelle, fast einen halben Meter und schön fett“, sagt er und freut sich diebisch. Auch Außenstehende verstehen jetzt, warum man (s)eine Frau nicht mit zum Angeln nehmen sollte ...



Holzkünstler aus dem Erzgebirge unter sich: Herbert Wolf, Heinz Arnold, Harald Kaufmann und Alfred Richter (v. l.)

Die Old-Timer

Mit einer Staatskarosse über Münchens Flaniermeile? Oder mit einem BMW-Cabrio zur Oper? Kein Problem! Mit Oldtimern auf Tour – diese ganz besondere Überraschung hatte Klaus-Dieter Herrmann, 56, Direktor der **Kursana Villa München**, für die männlichen Bewohner organisiert – und damit einen großen Wunsch der Senioren wahr werden lassen. So rollten dann unter anderem die Staatslimousine BMW 3200 S aus dem Jahr 1963 („Barockengel“) sowie das schnittige BMW 502 Cabriolet aus dem Jahr 1955 mit den Männern an Bord an der Isar entlang.

„Wir, beziehungsweise die schicken Autos, haben wirklich für viel Aufmerksamkeit gesorgt“, freut sich Günther Ebeling, 96. „Immer wieder blieben Neugierige stehen und bestaunten die legendären Fahrzeuge“, ergänzt Siegfried Strosche, 89. Begeistert erzählt er, dass er erst vor wenigen Monaten in die Kursana Villa eingezogen sei – gerade rechtzeitig, um diesen Oldtimer-Ausflug mitmachen zu können.

Nach dem Fototermin ging es über die Flaniermeile Maximilianstraße wieder zurück nach Thalkirchen. Der „gelernte“ Physiker und Zahlenmensch Dr. Albert von Kienlin, 91, hatte seine Freude daran, auszurechnen, wie viele Jahre insgesamt auf Tour waren. Er kam auf die Zahl 412 – wenn man das Alter des Fahrzeugs und der mitfahrenden vier Senioren – einschließlich Wolfgang Bühler, 84, – zusammenrechnet.

Die Holz-Werker

Kunstvolles Arbeiten mit Holz – für echte Erzgebirgler gehört das zur Tradition. Auch die männlichen Bewohner des **Kursana Domizils Schneeberg** wollen darauf nicht verzichten: Seit mehr als drei Jahren wird in der hauseigenen Holzwerkstatt im Keller gesägt, gehobelt und geleimt. Unter den geschickten Händen von Herbert Wolf, 95, Heinz Arnold, 78, Harald Kaufmann, 85, und Alfred Richter, 92, wurden gerade Vogelhäuschen für die Winterfütterung der gefiederten Gäste im Domizil-Garten gefertigt. Auch Memory-Spiele aus Holz für Therapiezwecke sind hier zuletzt entstanden.

„Unsere Männer freuen sich, dass sie in der Holzwerkstatt ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten noch einbringen können“, sagt Katrin Rings, 53, Direktorin des Domizils.

Achim Herold hat hier sein altes Hobby wieder neu entdeckt. „Es ist einfach ein tolles Gefühl, mit eigenen Händen etwas entstehen zu lassen“, sagt er. „Und das trotz der Einschränkungen, die das Alter mit sich bringt.“ Achim Herold ist auch gern der Planer neuer Projekte. So hat er einen Handwagen aus Birkenholz als Blickfang für das Foyer der Senioreneinrichtung entworfen. Das nächste Projekt: eine Musikkapelle – natürlich im Großformat.

*Münchner Oldtimer-Fans:
Wolfgang Bühler
als Beifahrer im
„Barockengel“-BMW*





Ein Erlebnis für PS-Liebhaber: Hermann Dürner beim Besuch des Mercedes-Museums

Die PS-Liebhaber

Die Zeitreise zurück zu den Anfängen der Automobile beginnt in der Zukunft. Die Gruppe von hochbetagten Autofans aus dem Kursana Domizil Donzdorf entdeckt beim Besuch des Mercedes-Museums Stuttgart in einer Sonderausstellung die Fahrzeuge der mit High-tech vollgestopften zukünftigen S-Klasse. Die Wagen können selbstständig fahren. „Das ist ja der helle Wahnsinn“, sagt Hermann Dürner. Doch der 78-Jährige ist skeptisch, „ob das mal Alltag wird?“

PS-starke Fahrzeuge und Motoren, die die Besucher auf den drehbaren Plattformen und hinter den Glaskästen sehen, wecken auch Erinnerungen an frühere berufliche Zeiten. „Ich habe für die Automobil-Industrie gearbeitet“, sagt der frühere Maschinenbaumeister Hermann Dürner. Welche Marke er gefahren sei? „Nach einem Käfer hatte ich acht Mercedes.“ Nicht nur irgendwelche: „Ich fuhr auch mal einen 240er in der Farbe Englisch-Rot aus der Baureihe Typ W 123.“ Kenntnisvolles Nicken rundum.

Die Gruppe geht vorbei an den ersten historischen Automobilen von Karl Benz und Gottfried Daimler und den schnellen „Silberpfeilen“ der 1930er-Jahre. Martin Hennig, Direktor des Domizils Donzdorf, sieht das Strahlen in den Augen der Männer. „So war es auch gedacht. Die Herren haben die Entwicklungsgeschichte des Automobils ja über Jahrzehnte hautnah miterlebt und sogar mitgestaltet.“

Die Tribünen-Trainer

Samstag ist Fußballtag – auch für das Männer-Quartett aus dem Kursana Domizil Alzey: Beim Landesligaspiel von Rot-Weiß Olympia Alzey gegen SV Mainz-Weisenau fiebern sie mit.

Heinrich-Hans Rupp, selbst ehemaliger Fußballspieler, ist aus dem Häuschen, als schon nach einer Viertelstunde das 1:0 für Alzey fällt. Applaus, Jubelrufe. Die vier Senioren werfen die Arme hoch und inszenieren eine Mini-La-Ola-Welle. „So kann’s weitergehen“, sagt der 81-Jährige und hofft auf ein Schützenfest. „Die Mainzer machen viele Abspielfehler.“ Doch dann fällt der Ausgleich – die Anspannung steigt, er zündet sich nervös eine Zigarette an. Sein Nachbar Karlhans Zimmermann, 69, hat Zweifel, ob der Verein, bei dem er früher ebenfalls kickte, „das Ding noch nach Hause bringt“. Schafft er nicht, Alzey verliert 1:2.

Bei den Männern, die hinter ihren Rollatoren auf Polstern sitzen, blühen im Stadion Erinnerungen an alte Zeiten auf, als sie noch selbst dem Ball hinterher rannten. Auf welcher Position? „Ich war überall einsetzbar“, sagt Karlhans Zimmermann stolz. Und schon fachsimpeln sie über hartes Training, falsche Taktik, tolle Tore. In zwei Wochen ist das nächste Ligaspiel. An einem Montagabend. Egal, die Vier werden wieder auf ihren Stammplätzen sitzen und die Alzeyer Mannschaft anfeuern. Auch wenn Karlhans Zimmermann eines bedauert. „Früher kanntest du die Spieler noch, weil sie aus deiner Stadt kamen“, sagt er und genießt einen Tee aus der Thermoskanne – Fußball mit Bratwurst und Bier, das verträgt der Magen nicht mehr.

Lassen sich nicht ablenken: Karlhans Zimmermann, Hans-Wilhelm Lahr, Manfred Kühn, Heinrich-Hans-Rupp und Betreuer Christopher Schech (v. l.)



„Ja, Männer sind wehleidiger“

Marco Skeirat, Leiter des Zentralen Qualitätsmanagements bei Kursana, zum Thema „Männer werden gepflegt“

Was sagen Untersuchungen: Sind Männer anders?

Interessant ist, dass es so gut wie gar keine speziellen Untersuchungen gibt. Männer sind weitgehend unerforscht, was wissenschaftliche Studien zur Pflege angeht. Erforscht ist, dass Männer häufiger zu Hause von den Ehefrauen gepflegt werden, auch wenn sie stark pflegebedürftig sind. Außerdem weiß man, dass Männer weniger zur Vorbeugung von Krankheiten beitragen als Frauen. Sie sind meist Vorsorgemuffel und gehen erst zum Arzt, wenn es nicht anders geht.

Was bedeutet das?

Wenn sie in die Pflegeeinrichtung kommen, erwarten sie, sehr intensiv betreut und gepflegt zu werden. Überspitzt gesagt: Sie sind es häufig gewöhnt, verhätschelt zu werden und im Mittelpunkt zu stehen. Ausnahmen bestätigen natürlich die Regel.

Wie sind Ihre persönlichen Erfahrungen?

Aus meiner Krankenhausarbeit weiß ich, dass Männer häufig solidarischer miteinander umgehen, sie



duzen sich sehr schnell und helfen sich untereinander. Meine Erfahrung ist, dass Frauen da eher distanzierter sind.

Sind Männer wehleidiger?

So leid es mir tut: Ja, Männer sind häufig wehleidiger. Sie sind meist weniger leidensfähig und ziehen sich dann sehr zurück.



Sie haben sich stark gemacht für männerspezifische Aktivitäten. Warum?

Die klassischen Freizeitangebote wie Handarbeiten sind nichts für Männer. Meine Erfahrung ist: Männer interessieren sich mehr für Autos, Frauen und Sport. Und sie möchten gern Freizeitaktivitäten unter ihresgleichen genießen.

„Männer sind gern bequemer“

Ronald Sommerfeld, Direktor des Kursana Domizils Berlin-Marzahn, zum Thema „Männer werden aktiv“

Sind Männer schwerer zu motivieren?

Männer sind genauso gesellig wie Frauen. Aber sie sind insgesamt schwerer zu aktivieren. Auch sind Männer gern bequemer ...

... woran könnte das liegen?

Männer hatten früher eine ganz andere Verantwortung zu tragen. Sie waren der Versorger, der Ernährer der

Familie. Deshalb genießen Männer es, sich „fallen“ zu lassen.

Wie motivieren Sie „Ihre“ Männer?

Wir entwickeln neue Ideen und provozieren auch ein bisschen. Zum Beispiel frage ich in die Runde: „Neulich ist ja eine Bauchtänzerin aufgetreten. Wie fanden Sie das?“ Dann fallen ihnen oft weitere Anregungen ein.

Ältesten-Rat



„Der Garten war mein Lebenselixier“

„Ich war immer sehr aktiv und habe gerne gearbeitet. Der Garten war meine besondere Leidenschaft und mein Lebenselixier. Wichtig war mir aber auch der Sport. Ein- bis zweimal in der Woche bin ich schwimmen gegangen. An der Kursana Residenz hat mir deshalb das hauseigene Schwimmbad besonders gut gefallen.“

Otto Schonert feierte im April seinen 102. Geburtstag. Vor zwei Jahren zog der gebürtige Göttinger in die Kursana Residenz Prien, um in der Nähe seiner Tochter zu sein, die im benachbarten Aschau lebt. Vom Balkon seines Apartments aus schaut der ehemalige Eisenbahner gerne den Leuten zu. Häufig sitzt er auch im Garten in der Sonne und genießt die frische Luft.



„Technik macht mich unabhängig“

„Ich habe mein Leben lang gelernt und wollte immer auf dem Laufenden bleiben. Technische Herausforderungen reizen mich nach wie vor sehr. Deshalb erledige ich meine Korrespondenz auch mit meinen Enkeln heute per E-Mail. Wir Älteren können uns mit Hilfe der Technik lange unsere Unabhängigkeit erhalten.“

Erika Peters feierte im Mai ihren 100. Geburtstag in der Kursana Residenz Wedel. Nach dem Tod ihres Mannes zog sie 2007 von Hamburg-Ottensen hierhin und hat sich schnell einen Freundeskreis aufgebaut. Ihre große Leidenschaft sind Kreuzworträtsel. Gemeinsam mit einem Mitbewohner löst sie erfolgreich die schwersten Rätsel – auch mit Hilfe des Internets.



Kraft & Schröter – die Rolli-Tester

Ein Rollator, der „mitdenkt“ und den Menschen beim Gehen und bei der Orientierung aktiv unterstützt? Zwei technikbegeisterte Bewohner im Kursana Domizil Bremen wirken bei der Entwicklung der Gehhilfe von morgen mit.

Hochkonzentriert greift Dieter Kraft, 64, nach den Griffen des Rollators. „Ihr Geh-Assistent ist bereit“, gibt eine Stimme aus dem Mini-Computer, der vorn am Lenker angebracht ist, das Startsignal. Langsam setzt sich der Bewohner im Flur des Domizils mit dem Hightech-Rollator in Bewegung. Dass ein Laserscanner zwischen den Vorderrädern den Raum vermisst und einen Grundriss mitsamt

Hindernissen auf den Bildschirm überträgt, kann Dieter Kraft nicht sehen. Durch seine Diabetes-Erkrankung ist der ehemalige Elektrotechniker nahezu blind. Als er auf einen knallroten Kinderstuhl zusteuert, bremsen die Räder kurz davor automatisch ab und geben ihm einen Hinweis, in welche Richtung er ausweichen kann. „Das funktioniert ja wunderbar“, ruft Dieter Kraft und strahlt.

Seit drei Jahren arbeitet das Deutsche Forschungszentrum für Künstliche Intelligenz in Bremen an der Entwicklung von „intelligenter Mobilitätsunterstützung“ für Senioren. Mit Hilfe moderner Technik sollen gesundheitliche Einschränkungen ausgeglichen werden, um Menschen möglichst lange ihre Selbstständigkeit zu erhalten. Neben dem Geh-Assistenten wird derzeit auch ein

Wie sieht der Rollator der Zukunft aus? Die Bremer Herbert Schröter (l.) und Dieter Kraft (r.) stellen ihre berufliche Erfahrung für die technische Weiterentwicklung der Gehhilfe zur Verfügung

Navigationssystem für Rollatoren und Rollstühle entwickelt, das barrierefreie Routen anzeigt.

„Ich finde es toll, dass wir hier die Geräte testen und etwas für den Fortschritt tun“, meint Bewohner Herbert Schröter, 78, der trotz Parkinson-Erkrankung mit seinem Rollator noch eigenständig in Bremen unterwegs ist. Doch nach mehreren Stürzen ist er verunsichert. Der ehemalige Architekt unterzieht den Hightech-Rollator einem Härtetest: Rasant fährt er durch den Hindernisparcours und steuert abrupt die Wand an, um die Bremswirkung auf die Probe zu stellen. „Der Laserscanner sollte geneigt werden, um auch abschüssige Hindernisse wie Stufen zu erkennen“, sagt Herbert Schröter kritisch. „Das würde die Sicherheit weiter erhöhen.“

Domizil-Direktorin Geraldine Dame, 58, freut sich über die Teilnahme „ihrer“ Männer am Testprogramm. „Anders als die Frauen haben sich die meisten der männlichen Be-

wohner früher über den Beruf definiert“, sagt sie. „Da tut es ihnen gut, wenn ihre fachliche Kompetenz gefragt ist.“

„Man wächst in die Technik hinein“, erzählt Herbert Schröter. „Ich habe mit 58 Jahren meinen ersten Computer angeschafft, weil ich damit meine Arbeit in einem Bruchteil der Zeit erledigen konnte. Nach drei Wochen üben war ich fit.“ Dann nimmt er gemeinsam mit Christian Mandel, 39, der die Software für das Projekt entwickelt, das Navi für Rollatoren genau unter die Lupe. „Die Schrift ist mir zu klein“, merkt er an. „Und es sollten unbedingt öffentliche Toiletten ausgewiesen werden. Das ist wichtig für uns Senioren.“

Dieter Kraft kann unterdessen gar nicht genug davon bekommen, mit dem Geh-Assistenten wieder selbstständig in seinem Wohnbereich unterwegs zu sein. „Sobald dieser Rollator auf dem Markt ist, möchte ich ihn haben“, sagt er überzeugt. ■

„Das funktioniert ja wunderbar“



Der Rollator-Check

Endlich wieder mobil dank Rollator! Doch auch beim Umgang mit der Gehhilfe steht Sicherheit an erster Stelle.

Acht Tipps, was man bei der Nutzung beachten sollte:

- Möglichst gerade in der Gehhilfe stehen. Dazu müssen die Griffe richtig eingestellt sein: Sie sollten bei angelegten Armen auf Höhe der Handgelenke sein.
- Die Faltfunktion muss richtig eingerastet sein.
- Der Korb des Rollators ist für maximal fünf Kilo Gepäck ausgelegt und darf nicht überladen werden.
- Beim Hinsetzen auf die Sitzfläche muss der Rollator um 180 Grad gedreht werden.
- Vor dem Sitzen müssen jedes Mal – genauso wie beim Warten an der roten Ampel – die Bremsen angezogen werden.
- Um ein Hindernis wie eine Bordsteinkante zu überwinden, wird ein Fuß an ein hinteres Rad gesetzt. Wenn dieses blockiert ist, kann der Rollator vorn angehoben werden.
- Beim Einsteigen in einen Bus werden zuerst die Vorderräder, dann die Hinterräder hineingehoben. Erst danach steigt der Nutzer in den Bus. Beim Aussteigen ist es umgekehrt.
- Wichtig ist, dass der Rollator einmal im Jahr geprüft wird, zum Beispiel durch den Orthopädie-Mechaniker eines Sanitätshauses. Defekte Bremsen, abgefahrene Reifen, lockere Schrauben oder brüchiges Gestänge bergen ein großes Sicherheitsrisiko in sich.

Schicht-Wechsel

Als Maurer, Tischler und Installateur bauten sie einst Häuser.
Sie schulten um und versorgen heute Wachkoma-Patienten.



Man sieht es ihren Gesichtern an – die Arbeit macht Freude. Obwohl sie selbst sagen, dass sie härter ist als die frühere Arbeit auf dem Bau: Raik Dwarsuk, Olaf Dybeck und Mark Schultz-Günther (v.l.)

Es ist 8 Uhr. Auf der Wachkoma-Station des Kursana Domizils Bad Muskau nimmt der Tagesrhythmus Fahrt auf. Die Sonnenstrahlen machen das Patientenzimmer noch heller. Treffen auf ein Foto, das eine junge Frau zeigt. Daneben auf dem Regal ein Familienbild. In dem Bett nebenan liegt Gisela Piontek. Ein Herz-Lungen-Stillstand versetzte sie in ihre jetzige tiefe Bewusstlosigkeit. Pfleger Olaf Dybeck streicht ihr die Haare aus der Stirn, tupft sie noch einmal ab, kämmt sie.

Ein typischer Morgen beginnt: waschen, die Sondenkost reichen, das Trinken, die Medikamente, die Patientin umlagern. Der 49-Jährige hat gut zu tun, um Gisela Piontek „tagfein“ zu machen. Und nicht nur sie. Elf Frauen und Männer liegen auf der Station, rund um die Uhr betreut von 14 Pflegekräften. Diese intensive Betreuung ist ansonsten einmalig, bestätigen Angehörige. „Wir sind froh, dass uns dieses Domizil empfohlen wurde“, sagt die Ehefrau eines Patienten.

Zu den Wachkoma-Betreuern gehören auch drei Männer, die vor zehn Jahren noch auf Baustellen unterwegs waren: Olaf Dybeck als Klempner und Installateur, Mark Schultz-Günther, 39, als Maurer und Raik Dwarsuk, 33, als Tischler. Die „Drei vom Bau“ stehen heute am Krankenbett. Nach Umschulungen und Qualifizierungen haben sie in Bad Muskau eine neue berufliche Heimat gefunden. „Unsere Branche war am Boden, ich suchte

genau wie meine beiden Kollegen einen Neuanfang“, sagt Olaf Dybeck und ergänzt: „Natürlich war es eine große Umstellung. Schwere Arbeit waren wir ja gewohnt, aber das hier ist noch schwerer. Doch die Patienten brauchen uns, das ist das Schöne.“

Während der Senior der Gruppe das sagt, legt Mark Schultz-Günther ein Kuscheltier an die Seite von Simone Nawroth. Wenn man seine kräftigen Hände sieht, ist man regelrecht froh, dass es nur eine Plüschkatze ist. Ein Kreuz wie ein Kleiderschrank, seine

Pranken ... Und doch streichen diese Hände beruhigend über die Arme der 51-Jährigen, die nach einem Herzinfarkt im Wachkoma liegt. Der ausgebildete Physiotherapeut beugt und streckt anschließend ihre Gliedmaßen, regt so die Muskeln wieder an. Mit Pinseln, kleinen Bürsten und den „Igel-Kugeln“ fährt er über ihre Haut. „Wir können hier keine Wunder bewirken. Aber wir können den Patienten das geben, was ihr Leben erleichtert.“

Raik Dwarsuk zupft indes im Bett von Frank Riedel das Laken glatt, „denn wer die meiste Zeit des Tages nur liegen kann, den stört die kleinste Falte.“ Das Tuch liegt makellos. Er saugt den Schleim ab, der sich über Nacht in der Lunge des Patienten gesammelt hat. Der Körper von Frank Riedel wirkt nun ruhig und entspannter. Huschte da nicht ein Lächeln über sein Gesicht? „Das

ständige Beobachten der Kranken ist das Wichtigste überhaupt. Sie können sich nicht ausdrücken, wollen uns aber viel sagen.“

Der Morgen auf der Station ist vorüber. Die drei nehmen sich Zeit für eine kurze Kaffee-Pause. Kräfte sammeln. Dann geht es wieder zu den Patienten. Denn sie werden gebraucht. ■



Wachkoma-Station: Betreuung rund um die Uhr

Stichwort Wachkoma

Schätzungen sprechen von etwa 10.000 Wachkoma-Patienten in Deutschland. Ein Großteil davon wird im familiären und häuslichen Umfeld gepflegt. Die Kursana Domizile Bad Muskau und Greifswald gehören zu den wenigen Einrichtungen, die eine auf Wachkoma-Patienten abgestimmte Pflege anbieten. Wachkoma (auch „apallisches Syndrom“ genannt) ist ein Zustand zwischen tiefer Bewusstlosigkeit und Wachsein, in dem die Betroffenen zwar Reflexe zeigen, aber nicht alleine essen oder trinken und kaum kommunizieren können.



Fels in der Brandung

Seit sieben Jahren begleitet er Bewohner im Kursana Domizil Aurich auf der letzten Etappe ihres Lebensweges. Angehörige und Mitarbeiter sagen über Eike Volker Zabel: Er bringt Wärme ins Haus.

Wenn Eike Volker Zabel in der kalten Jahreszeit einen Termin im Kursana Domizil wahrnimmt, ist er grundsätzlich eine Viertelstunde früher im Haus. Der ehrenamtliche Mitarbeiter vom Ambulanten Hospizdienst nutzt diese Zeit, um sich aufzuwärmen – und um bewusst anzukommen. „Ich möchte nicht die Kälte von draußen mit ins Zimmer nehmen“, sagt er. „Genauso soll die Hektik des Alltags vor der Tür blei-

ben. Dann setze ich mich ans Bett des Bewohners und schalte meine Antennen auf Empfang.“

Seit sieben Jahren ist der Auricher als „Abschiedsbegleiter“ tätig. Ein Erlebnis im Urlaub gab den Ausschlag: „Auf dem Rückflug kam ich mit einem schwerkranken Mitreisenden in Kontakt“, erzählt der 73-Jährige. „Ich habe gespürt, dass

ich ihn mit meiner Ruhe und Zuwendung unterstützen konnte.“

Als Eike Volker Zabel 2008 mit der Ausbildung im Hospiz Aurich begann, gab es außer ihm gerade mal einen männlichen Kollegen. Mittlerweile engagieren sich – auch dank seines Vorbilds – schon zehn Männer im 35-köpfigen Hospizteam. „Wir Männer trauern vielleicht

„Die Hektik des Alltags bleibt draußen“

anders und nähern uns dem Sterben eher von der praktischen Seite“, meint er. „Wir haben nun einmal mehr Abstand zu Gefühlen. Wenn die Lage ernst wird, arbeiten Männer Checklisten ab: Ich schaue immer zuerst, ob der kranke Mensch optimal versorgt ist und ob es etwas zu regeln gibt.“

Die meisten seiner gut zwei Dutzend Begleitungen hat Eike Volker Zabel im Kursana Domizil übernommen. Zumeist hat er männliche Bewohner betreut, die ihm manches Mal „von Mann zu Mann“ ihre traumatischen

„Für uns ist Herr Zabel Gold wert“

Kriegserfahrungen und persönlichen Nöte anvertraut haben. „Viele haben sich früher über ihre Kraft und den Beruf definiert“, erzählt er. „Diese Männer kommen nur schwer mit dem Verfall ihrer Fähigkeiten zurecht.“

Auch für Angehörige und Mitarbeiter hat sich der ehemalige Autohaus-Geschäftsführer, der 2009 auch den Vorsitz im Auricher Hospizverein übernahm, als „Fels in der Brandung“ bewährt. „Allein könnten wir eine so intensive Betreuung bis zum Tod über einen längeren Zeitraum gar nicht leisten“, sagt Direk-

torin Sabine Häbner, 51. „Für uns ist Herr Zabel Gold wert.“

Der Auricher hat nicht nur ein neues Betätigungsfeld gefunden, er hat auch persönlich die Angst vorm Tod verloren. „Ich habe jetzt oft genug miterlebt, wie beim Sterben langsam die Aggregate heruntergefahren werden, bis der Motor ausgeschaltet ist“, erklärt er. Wer Eike Volker Zabel kennt, der weiß, dass sich hinter der technischen Formulierung eine empfindsame Seele verbirgt. Und für die Bewohner im Kursana Domizil Aurich ist ohnehin klar: Dieser Mann bringt Wärme ins Haus. ■



Männer in der Hospizarbeit

In ihrer letzten Lebensphase werden etwa gleich viele Männer und Frauen von Hospizmitarbeitern begleitet. Der Anteil von Männern liegt bei 45 Prozent in stationären Hospizen und bei 43 Prozent in der ambulanten Begleitung. Die Begleitung dagegen ist „weiblich“: Zwar ist der Anteil der ehrenamtlich tätigen Männer in den letzten Jahren von rund zehn auf fünfzehn Prozent gestiegen. Doch Männer betätigen sich häufiger in der Vorstandsarbeit als in der tatsächlichen Begleitung. „Wir würden uns wünschen, dass sich mehr Männer in diesem Bereich engagieren, da die Nachfrage nach männlichen Begleitern wächst“, sagt Benno Bolze, Geschäftsführer des Deutschen Hospiz- und Palliativ-Verbands.

Mann, gib acht!

Obwohl man(n) am liebsten nicht darüber redet: Es ist eine kleine Drüse, die im Laufe des Lebens erhebliche Probleme bereitet. Jeder Zweite über 50 leidet an einer Vergrößerung der Prostata.

„**Das letzte Mal** richtig gut geschlafen?“ Thomas König schaut seine Frau und dann den Urologen an, der ihm die Frage zum Abschluss der Untersuchung gestellt hat. Schließlich sagt der 72-Jährige: „Das ist bestimmt schon fünf Jahre her.“ Eine gute Nacht – das ist für den früheren Finanzbeamten heute eine Nacht, in der er nur zwei Mal die Toilette aufsuchen muss. In den vielen schlechten Nächten reißt ihn das Gefühl, die Blase sei kurz vor dem Überlaufen, sogar bis zu vier Mal pro Nacht aus dem Schlaf. Nicht nur das häufige Wasserlassen setzt dem Pensionär zu. Auch der Schlafmangel drückt auf die Stimmung. Aber die Beschwerden enden nicht mit dem Aufstehen. Ausflüge, Besuche, Ein-

käufe – alles steht unter dem Vorbehalt, dass öffentliche Toiletten in Reichweite sind. „Beschwerden mit dem Wasserlassen belasten Betroffene stark und schränken sie in ihrem Alltag häufig ein“, stellt Dr. Winfried Vahlensieck, Chefarzt für Urologie in der Kurpark-Klinik Bad Nauheim, immer wieder in seiner Praxis fest.

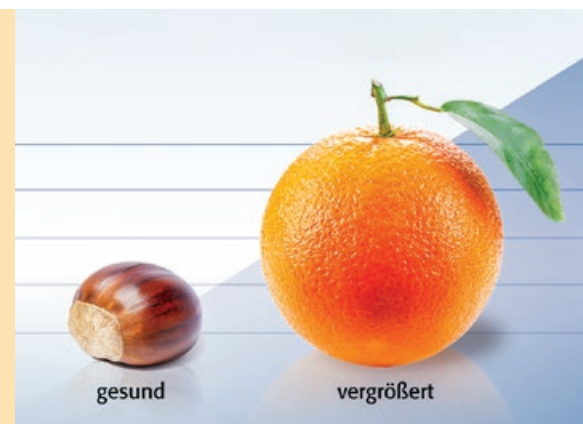
Die Prostata ist eine kleine Drüse, aber für das männliche Fortpflanzungssystem enorm wichtig. Bis zum 30. Lebensjahr ist sie gerade mal walnussgroß. Sie produziert ein Sekret, das den Spermien Beine macht. Mit zunehmendem Alter rückt die Fortpflanzungsfunktion

in den Hintergrund. Hormonelle Veränderungen im Körper lösen dann eine Vergrößerung der Prostata aus. Je stärker die Prostata wächst, desto größer wird der Druck auf einen Teil der Harnröhre und Blase. Zu Beginn des Wachstums ist das kaum zu spüren, im Laufe der Jahre bekommen die Betroffenen aber typische Reizbeschwerden. Dazu gehören ständiger Harndrang und gleichzeitig das Gefühl, die Blase nicht entleert zu haben. Außerdem wird der Urinstrahl schwächer. Typisch ist auch, dass die Betroffenen häufig eine Toilette aufsuchen, beim Wasserlassen pressen müssen oder dass ihr Urin unkontrolliert nachtröpfelt. Die Probleme

Im Alltag stark eingeschränkt

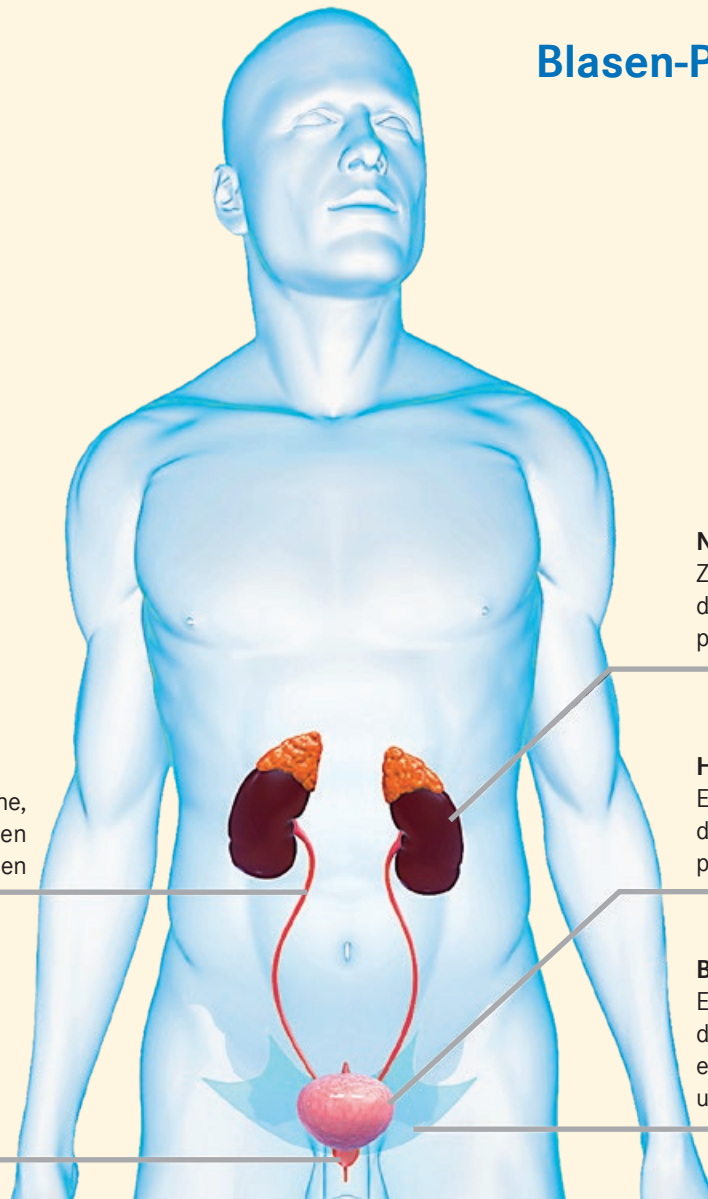
Vorsorge muss sein

Männer über 50 sollten unbedingt Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen, raten Mediziner und Krankenkassen. Dabei ist die klassische Tastuntersuchung über den After immer noch der sicherste Weg, eine bösartige Krebserkrankung rechtzeitig zu entdecken. Viele empfinden die Untersuchung als unangenehm und setzen auf den nicht unumstrittenen PSA-Test. PSA ist ein im Blut nachweisbares Protein, das in der Prostata gebildet wird. Ein erhöhter Wert kann ein Anzeichen für Prostata-Krebs sein, muss aber nicht. Es können auch wesentlich harmlosere Erkrankungen wie eine Entzündung Ursache für einen zu hohen Wert sein. Weitere Untersuchungsmethoden sind Ultraschall, MRT (Magnetresonanztomografie) und MRS (Magnetresonanzspektroskopie). Besteht Verdacht auf eine Krebserkrankung, werden Gewebeproben entnommen und entsprechend untersucht.



Da entsteht Druck: Gewaltiger Größenunterschied zwischen einer gesunden und einer vergrößerten Prostata

Blasen-Prostata-System



Harnleiter

Zwei dünne muskuläre Hohlgänge, die den Harntransport zwischen Nieren und Harnblase ermöglichen

Prostata

Eine walnussförmige männliche Geschlechtsdrüse, die einen Teil der Samenflüssigkeit produziert, welche die Samenzellen (Spermien) transportiert

Nieren

Zwei bohnenförmige Organe, die das Blut filtern und dadurch Urin produzieren

Harnblase

Ein elastisches Hohlorgan, das der Speicherung des in den Nieren produzierten Urins dient

Beckenbodenmuskulatur

Eine Schicht aus fester Muskulatur, die sich bis zum Boden des Beckens erstreckt und die Beckenorgane unterstützt

beim Wasserlassen führen unbehandelt zu einer starken Belastung der Nieren durch aufgestauten Harn und Restharn.

Doch so weit muss es nicht kommen. Statt die Augen vor der unangenehmen Erkrankung zu verschließen, kann man in einem frühen Stadium mit einfachen naturheilkundlichen Mitteln gegensteuern. Zahlreiche Untersuchungen zeigen, dass Kürbis-, Trauben- und Granatapfelkerne das hormonelle Gleichgewicht in der Prostata stabilisieren und das

Gewebewachstum begrenzen. Brennnesselpräparate beugen einer Restharnbildung und damit Entzündungen vor. In einem späteren Stadium kann trotzdem ein operativer Eingriff nötig werden, denn erfahrungsgemäß verlangsamen die bewährten Präparate den Vergrößerungsprozess zwar, stoppen ihn aber nicht.

Denn bei allen Prostatabeschwerden schwingt die Angst vor dem tückischen Prostatakrebs mit. Doch für die rund 60 000 Männer, die jedes Jahr erkranken, ist die Prognose mitt-

lerweile günstiger. Sie haben, wenn der Krebs rechtzeitig entdeckt wird, gute Heilungschancen. Solange der Tumor auf die Prostata begrenzt ist, kann man ihn mit Hormonen behandeln oder operativ entfernen.

Bei Thomas König lautet die Diagnose: gutartige Vergrößerung. „Ich bin erleichtert“, sagt er nach dem Arztbesuch. „Hoffentlich helfen die empfohlenen Mittel bald. Mein Traum ist: endlich mal wieder eine Nacht richtig durchzuschlafen!“



Neue Heimat

Wieder ist ein neues Kursana-Haus entstanden: das Domizil im nordrhein-westfälischen Kürten. Die ersten Bewohner sind eingezogen. Wir haben über ein Jahr lang, vom ersten Spatenstich an, beim Entstehen der modernen Pflegeeinrichtung zugeschaut.

Herbst 2013

Erschließung: In der grasbewachsenen Hügelsenke verbreitern Tiefbauer die Zuwege und verlegen Kanäle.

Frühjahr 2014

Die Baugrube ist ausgehoben, der Grundriss gut zu erkennen: zwei längliche Gebäude, die in der Mitte verbunden sind. „Wir haben großzügig geplant“, sagt Kursanas „Pre-Opening-Manager“ Steffen Hamann, 42, der die Inbetriebnahme der neuen Kursana-Häuser begleitet und überwacht. Zur Anlage gehören ebenfalls zwei Servicehäuser mit je elf Apartments. Im März legt Kursana-Chef Jörg Braesecke, 49, den Grundstein.

Juli 2014

Das Erdgeschoss ist fertig, teilweise auch schon der erste Stock. Die Suche nach der Einrichtungsleitung für das neue Domizil beginnt.

September 2014

Der Rohbau ist fertig, die Arbeiten am Flachdach sind abgeschlossen. Im Keller nimmt ein Bio-Blockheizkraftwerk den Betrieb auf. Es versorgt nicht nur das Kursana Domizil mit Energie, sondern auch ein Neubaugebiet in der Nachbarschaft. „Und mit dem Abfallprodukt, der Abwärme, wird geheizt“, erklärt Steffen Hamann.

Oktober 2014

Die großen Fenster werden eingesetzt. In den Bewohnerzimmern sind sie fast bodentief.

November 2014

Der Innenausbau läuft auf vollen Touren. Elektriker ziehen Leitungen für Licht und Steckdosen, der Boden wird für den Estrich vorbereitet. Die örtlichen Zeitungen berichten über den Neubau, die ersten Stellenanzeigen erscheinen.

Januar 2015

Katja Willmann, 38, nimmt ihre Tätigkeit als Direktorin auf. In Baustellennähe eröffnet sie ein Kursana-



Geschäftiges Baustellentreiben, umsichtige Handwerker und zufriedene Einweihungs-Beteiligte mit Beistand „von oben“: das neue, strahlende Kursana Domizil in Kürten

Informationsbüro. Hier beantwortet sie alle Fragen rund um die Senioreneinrichtung und führt Bewerbergespräche mit möglichen Mitarbeitern.

Februar 2015

Die Außenarbeiten am Gebäude sind fast abgeschlossen. Innen beginnen die Maler zu tapezieren. Ende des Monats ruht die Baustelle für ein paar Tage: Im Rheinland wird Karneval gefeiert. Das nutzt der Fliesenleger, um im weiträumigen Foyer Bodenplatten zu verlegen: „Da kann ich in Ruhe arbeiten, ohne dass mir einer in die Quere kommt.“

April 2015

Anlieferung der Möbel. Alle Zimmer werden komplett mit Bett, Schrank, Tisch, Stühlen und Nachttisch ausgestattet. Darüber hinaus haben die Bewohner die Möglichkeit, die Zimmer mit persönlichen Dingen auszustatten.

1. Mai 2015

Die ersten drei Bewohner ziehen ein.

10. Mai: Tag der offenen Tür. Zahlreiche Anwohner, Senioren und Angehörige nutzen den Termin. „Hier will ich leben“, entscheidet Anna Elisabeth Schwarz, 79, „ich habe Parkinson.“ Ihre Bewegungsfähigkeit nimmt immer mehr ab. Bei der Planung des Hauses wurde darauf geachtet, dass auch Bewohner mit Bewegungseinschränkungen viele Möglichkeiten haben, an die frische Luft zu kommen.

20. Mai 2015

Feierliche Einweihung. Wieder nutzen zahlreiche Gäste die Möglichkeit, das neue Domizil kennenzulernen. „Das ist überall so schön hell“, findet eine Besucherin nach einem Rundgang durchs Haus, „Licht ist Leben, das merkt man spätestens im Alter“, erklärt Kursana-Chef Jörg Braesecke in seiner Einweihungsrede.

Juli 2015

Maria Magdalena Pluskwik, 88, bezieht ihre Servicewohnung. Sie ist altersgerecht und barrierefrei und verfügt über ein Hausnotrufsystem. „Ich habe mir die Musterwohnung angeschaut und sofort den Vertrag gemacht“, erzählt die Kölnerin. Bei der Gymnastik hat sie Kontakte geknüpft. „Mit einer Domizil-Bewohnerin will ich gemeinsam spazieren gehen.“

August 2015

Martha Pütz, 85, sitzt mit Enkelin Sandra Stier, 34, und den beiden Urenkeln Tim, 3, und Paul, 10 Monate, im Innenhof. Nach einem Krankenhausaufenthalt war sie 28 Tage in der Kurzzeitpflege. „Danach habe ich mich entschieden zu bleiben. Mir fehlt es an nichts und ich bin gut versorgt“, sagt sie. ■

... auch für das Mitarbeiter-Team

Im Kursana Domizil Kürten betreut das Team um Direktorin Katja Willmann und Pflegedienstleitung Sandra Rietz die Bewohner. Die Mitarbeiter-Suche war eine der ersten Aufgaben.

- „Ich habe angefragt, als hier noch eine grüne Wiese war“, erinnert sich Pascal Heider. Der Gas- und Wasserinstallateur arbeitet als Haustechniker. „Ich helfe auch, Bilder aufzuhängen oder Fernseher anzuschließen“, sagt der 33-Jährige.
- Andrea Vatter, 49, hat vorher in Köln gearbeitet. Die Altenpflegefachkraft wohnt im Nachbarort und ist froh, nicht mehr so weit zur Arbeit fahren zu müssen.
- Bei Spaziergängen mit ihrem Hund wurde Sandra Lübbe, 40, auf den Bau des Domizils aufmerksam. Die gelernte Rechtsanwaltsfachangestellte aus Kürten arbeitet jetzt in der Verwaltung: „Eine total abwechslungsreiche Tätigkeit.“

Streiflichter

Ein Ausschnitt aus der Vielfalt der Veranstaltungen, Engagements und Besonderheiten der 116 Kursana-Häuser.

Aus den Domizilen

Kursana Domizile bieten pflegebedürftigen Senioren aller Pflegestufen ein sicheres und selbstbestimmtes Leben. Die Häuser entsprechen dem neuesten Stand an Wohnkomfort und Funktionalität. Zentraler Bestandteil: die 24-Stunden-Betreuung. Angeboten werden auch beschützende Wohnbereiche für Menschen mit Demenz.

Hamburg im Tango-Fieber

Leidenschaftliche Rhythmen, fließende Bewegungen: Einmal im Monat begeistert „Tango Argentino“ die Bewohner im **Kursana Domizil Hamburg-Billstedt**. Tango-Tanzlehrer Helmut Fuchs greift zwischendurch selbst zur Gitarre und ermuntert zum Mittanzen. Auch Helga Sawatzki, 83, greift seine Hände, schließt die Augen und wiegt den Oberkörper sanft im Rhythmus der Musik.



Neuer Brunnen voller Symbolik

Nicht nur Blickfang, sondern auch Mittelpunkt einer gemeinsamen Oase der Ruhe: Der neue Brunnen vor dem



Kursana Domizil Ergolding soll das Behütet- und Geborgensein symbolisieren. „Das Starke schützt den Schwachen“, ergänzt Domizil-Direktorin Kerstin Pérez-Taboada, die das Kunstwerk auswählte und vor dem Eingangsbereich aufstellen ließ.

Computern für Kopf und Hände



„Nicht so einfach in meinem Alter, aber eine tolle Sache“, meint Renate Fahr, 78, und drückt auf die Enter-Taste des PC. Sie nimmt im **Kursana Domizil Zwickau** zusammen mit 15 weiteren Bewohnern an einem sechsmonatigen Computerkurs teil. „Zum Beispiel mit Spielen

am Bildschirm sollen Gedächtnis und Motorik trainiert werden“, erläutert Direktor Mike Hahn.

Auf den Spuren der Kräuterfrau

Einen „Kräutergarten“ nach den naturheilkundlichen Empfehlungen von Grete Flach, der Namenspatronin des **Kursana Domizils Büdingen**, haben Bewohner des Domizils gemeinsam mit dem örtlichen Kneipp-Verein angelegt. Die Kräuterexpertin wurde als „weise Frau von Büdingen“ verehrt und soll immer gewusst haben, welches Kraut gegen welche Krankheit gewachsen ist.



Musik im Blut – mit 102!

Ein Ständchen muss hin und wieder sein, meint Charlotte Schubert aus dem **Kursana Domizil Bad Muskau**. Als sie vor zwei Jahren in das Haus zog, wunderten sich einige Mitbewohner, woher denn morgens die ungewohnten Klänge kamen. Die „Neue“ saß im Speiseraum und spielte fröhliche Melodien auf der Mundharmonika. Musik gehört bei ihr zum Leben. Im August feierte sie ihren 102. Geburtstag.



Aus den Residenzen

Residenzen haben einen hotelähnlichen Charakter, es gibt Ein- bis Drei-Zimmer-Appartements. Bei Bedarf steht eine Vielzahl an Serviceleistungen zur Verfügung – bis zur Pflege im Appartement oder im integrierten Pflegewohnbereich mit komfortablen Einzel- und Doppelzimmern.

Kostbarkeiten als Sammelstücke

Herausgeputzt in eleganten Kleidern aus Brokat, Seide und Spitze thronen sie auf mehreren Ebenen einer gläsernen Vitrine: Kostbare Porzellanpuppen, meist aus der Zeit nach 1870, die Maude Thalmann, 86, ehemalige Restauratorin und seit drei Jahren Bewohnerin der **Kursana Residenz Wedel**, sammelt. Über jede der kleinen Raritäten kann sie eine Geschichte erzählen.



Künstlerisch aktiv bis ins Alter

„Hier am Chiemsee ist die Landschaft so perfekt, da hat man keine Lust mehr, sie abzumalen“, sagt die Künstlerin. Alice Weyls malerisches

Werk besteht inzwischen hauptsächlich aus farbenfrohen und ausdrucksstarken abstrakten Bildern. Die 82-Jährige hat in der **Kursana Residenz Prien** eine neue Heimat gefunden. Viele ihrer Bilder hängen dort an den Wänden.



Fotos gegen Regenwald-Sterben

Die Regenwälder sind in ihrer Schönheit und Artenvielfalt eine optische Augenweide. Aber sie sind auch äußerst bedroht. Darauf hat eine Fotoausstellung in der **Kursana Residenz Regensburg** aufmerksam gemacht. Fotograf Dietmar Grün unterstützt mit der Ausstellung und dem Verkauf der großformatigen Fotos zwei Orang-Utan-Überlebenszentren auf Borneo.



Flotter Foxtrott am Rollator



Zu flotter Tanzmusik dreht Johannes Naether, 90, eine „Begrüßungsrunde“, 17 Seniorinnen – ebenfalls mit „Gehhilfen“ ausgestattet – lächeln ihm zu. Eine besonders: Ehefrau Liselott, ebenfalls 90. So beginnen die Rollator-Tanznachmittage in der **Kursana Residenz Hamburg**. Kursleiterin Daniela Bott, 43, wurde extra im Tanz mit dem Rollator ausgebildet.

Ausflug in die Vergangenheit



So schnell vergeht die Zeit: In der **Kursana Residenz Krefeld** ging es mit Volldampf zurück in die 1960er Jahre – kulinarisch mit Grillage-Törtchen und Waldmeister-Bowle, musikalisch mit der Senioren-Tanzgruppe „Smiling Faces“. Sie sorgte mit Hits wie „Ich will keine Schokolade“, „Pferdeschwanz und Petticoat“ und „Oh Happy Day“ für jugendlichbeschwingte Erinnerungen.

Aus den Villen

Außergewöhnliche Lage und exklusive räumliche Ausstattung zeichnen die acht Villen aus. Jede bietet drei individuelle Wohnformen: Premium-Wohnen, Komfortpflege und spezielle Komfort-Demenzpflege. Die Senioren leben in stilvollem Gründerzeit-Ambiente mit höchstem Wohnkomfort.

Unterstützung für Flüchtling



Hilfe geben, Hilfe nehmen: Als die ehemalige Lehrerin Ilka Herrmann, 75, den syrischen Flüchtling Mahmod Alzian, 27, bei einem Gesprächskreis in der **Kursana Villa Reinbek** kennenlernte, bot sie ihm spontan Hilfe an. Jetzt trifft sich der junge Mann zweimal pro Woche mit ihr und paukt Deutsch. „Ich war 1945 selbst Flüchtling“, sagt sie über ihr Engagement.

Gedichte sollen erinnern helfen



Mit Schillers „Glocke“ Menschen mit Demenz erreichen: Der Berliner Lyriker Lars Ruppel stellte in der

Kursana Villa Oberursel mit Unterstützung von Schülern sein Projekt „Weckworte“ vor. Dabei trugen 20 Elftklässler des Gymnasiums Oberursel demenzkranken Senioren bekannte Gedichte vor, durch die sich die Älteren wieder an früher erinnern konnten.

Vorlesungen für Bewohner

Wirtschaftliche Zusammenhänge auf den Punkt gebracht: Regelmäßig trifft sich in der **Kursana Villa Frankfurt** eine kleine Runde mit Klaus Weißhaar, 77, der für seine Mitbewohner Vorlesungen zum Thema Börse und Business-Strategien hält. Der ehemalige Vorstandsvorsitzende der Grohe AG plaudert im Kaminzimmer entspannt auch über manchen Aktientipp.



Wiener Kaffeehaus-Charme

Großer Brauner, Wiener Melange, Espresso: Die **Kursana Villa Wiesbaden** verwandelte sich für ihre Bewohner für einen Nachmittag in ein charmantes Wiener Kaffeehaus. Köstliche Kaffeesorten, Sahn-Leckereien sowie eine Sachertorte konnten sich die Senioren schme-

cken lassen. Dazu „servierte“ das Quartett „Die Moldau-Schrammeln“ Lieder aus der Donau-Metropole.



Kunstschätze für die Ewigkeit

Wie man seine – soweit vorhanden – eigenen Kunstschätze vor dem Verfall bewahren kann, darauf kann kaum einer kompetenter Auskunft geben als Professor Herrmann Kühn, 83, Autor eines Standardwerks über die Erhaltung von Kunstwerken und Antiquitäten. Über das Thema referiert er auch unter großem Interesse vor seinen Mitbewohnern in der **Kursana Villa München**.



Jubiläums-Jahr

Mit einer „heldenhaften“ App und einem Imagefilm feierte Kursana 30. Geburtstag.



Pflege-Helden per App

Die Mitarbeiter in der Pflege leisten Außergewöhnliches. Ihre tägliche Arbeit ist geprägt von einer Vielzahl unterschiedlicher Aufgaben und einem hohen körperlichen Einsatz. Sie sind professionelle Helfer, tatkräftige Lebensretter und geduldige Zuhörer. Im Jubiläumsjahr zum 30-jährigen Bestehen hat Kursana als einer der führenden privaten Dienstleister im Bereich der Seniorenpflege und -betreuung die App „HeroYourself“ entwickelt und möchte damit die tolle und anspruchsvolle Arbeit seiner Mitarbeiter in den Vordergrund stellen.

Dank „HeroYourself“ verwandeln sich die Benutzer von Smartphones per App in eine zauberhafte „Pflege-Fee“, eine fleißige „Pflege-Biene“ oder einen tatkräftigen „Pflege-Helden“ – und tanzen im Film mit Senioren. Es handelt sich um ein personalisierbares „Fun-Dance-Video“. Die kostenlose App im Google Play Store herunterladen, ein Fotoporträt von sich selbst oder einer anderen Person auf den Körper einer Heldenfigur montieren, das Video starten – und los geht der Tanz. Im Video wird das Pflegepersonal als „Helden des

Die Android-App „HeroYourself“ finden Sie im Google Play Store.



Alltags“ dargestellt. „Wir wollen darauf aufmerksam machen, dass es eine schöne und dankbare Aufgabe ist, anderen Menschen zu helfen“, sagt Kursana-Chef Jörg Braesecke.

Machen Sie mit! Setzen Sie sich ein für mehr Aufmerksamkeit für Pflegeberufe und mehr Wertschätzung für die Pflegemitarbeiter. Schicken auch Sie Ihr „Helden-Video“ an Kollegen und Freunde.

Familien-Film

Pünktlich zum 30. Jubiläum stand auch die Kursana-Familie vor der Kamera. Denn um eine Senioreneinrichtung zu einem neuen Zuhause für die betreuten Senioren zu machen, braucht es eine ganze Familie. Allen voran die Bewohner und die Mitarbeiter, die den Mittelpunkt bilden. Daneben bilden viele weitere Beteiligte den Kursana-Stammbaum: die Angehörigen, die



Ausschnitte des Kursana-Familienleben: Ingeborg Boettcher, 88, und Sohn Peter, 65, sind sich nah trotz Demenz (1.), und Gerda Barnekow, 91, hat drei Generationen zu Besuch (2. v. l.)

ehrenamtlichen Unterstützer, die Hausärzte, die Friseurinnen, die Pastoren, das Netzwerk von Personen

in der Gemeinde. Der Film „30 Jahre Kursana – eine große Familie“ läuft unter www.kursana.de.

ANSICHTEN & EINSICHTEN

Berührend – sensibel – humorvoll: Die Redaktion stellt interessante Spielfilme aus jüngster Zeit zum Thema „Älterwerden“ vor – nach den positiven Reaktionen auf die Film- und Büchertipps in der vorigen Ausgabe. Alle Filme gibt es auch als DVD.



Best Exotic Marigold Hotel (Großbritannien 2011)

mit u. a. Judi Dench, Maggie Smith, Tom Wilkinson
Sieben ältere Damen und Herren entschließen sich aus unterschiedlichen Gründen, ihren Lebensabend nicht im heimischen England, sondern in der einstigen britischen Kolonie in Indien zu verbringen. Die dortige vermeintliche Senioren-Nobelherberge entpuppt sich aller-

dings als Ruine, und die Senioren lernen, sich mit der neuen Situation (und Kultur) zu arrangieren. Ein Film voller humorvoller, mitunter berührender und überraschender Begebenheiten. Wunderbare Schauspieler, herrliche Ideen. Inzwischen auch als Teil 2 – zusätzlich mit Richard Gere.



Sein letztes Rennen (Deutschland 2013)

mit u. a. Dieter Hallervorden, Tatja Seibt
Olympiasieger im Marathon war Paul Averhoff vor mehr als 50 Jahren. Heute ist er weit über 70 und fühlt sich abgeschoben in ein 60er-Jahre-Altersheim. Doch stillsitzen und einfach auf das Ende warten, das kann und will er nicht. So beginnt Paul – trainiert

wie damals von seiner Ehefrau Margot – wieder mit dem Laufen. Noch einmal am Berlin-Marathon teilzunehmen, wird sein großes Ziel. Zuerst erntet er von den Mitbewohnern nur Kopfschütteln. Doch mit seiner Beharrlichkeit zieht er bald alle bewundernd auf seine Seite. Die Filmzuschauer auch.



Und wenn wir alle zusammenziehen? (Frankreich/Deutschland 2011)

mit u. a. Jane Fonda, Pierre Richard, Geraldine Chaplin
Die Ehepaare Annie und Jean, Jeanne und Albert sowie der Witwer Claude sind seit Jahrzehnten befreundet. Nun, im hohen Alter, gründen sie eine Senioren-Wohngemeinschaft und ziehen in einen Pariser Vorort. Doch die Uto-

pie eines befreiten Lebens entpuppt sich als Trugschluss. Es kommt zu Komplikationen, und auch privat-intime Geheimnisse lassen sich nicht länger verbergen. Das alles beschreibt der Film mit viel Augenzwinkern und humorvollen Elementen. Eine starbesetzte Komödie – herrlich und manchmal todtraurig.



Quartett (Großbritannien 2012)

mit u. a. Maggie Smith, Michael Gambon /
Regie: Dustin Hoffman

In Beecham House, einem Alterssitz für altgediente Opernsänger und Musiker, wird noch fleißig gesungen. Alljährlicher Höhepunkt ist ein Verdi-Konzert. Die Bewohner – allen voran Wilf, Reg und Cissy, einst Teil eines welt-

berühmten Quartetts – stecken mitten in den Vorbereitungen, als die gefeierte Opernsängerin Jean Horton einzieht – früher viertes Mitglied des Quartetts. Doch von Harmonie keine Spur, weder in der Musik noch im Alltag. Und nicht nur dem Klarinetten geht allmählich die Luft aus ...



Mr. Morgan's Last Love (Deutschland/Frankreich 2013)

mit u. a. Michael Caine, Clémence Poésy
Seit drei Jahren, zwei Monaten und elf Tagen ist der frühere Professor Matthew Morgan nun Witwer. Die Zeit ist für ihn stehengeblieben. Gefangen in seinen Erinnerungen, allein in der ihm fremd gebliebenen Stadt Paris, schlurft er am Leben vorbei. Auf einer

Busfahrt stolpert er geradezu in die junge Pauline, eine Tanzlehrerin, die ihn mit ihrer lebensfrohen und impulsiven Art nach und nach aus seiner Trance herausreißt. Zwischen den beiden entwickelt sich eine zarte Beziehung, die den Unmut seiner Kinder hervorruft ...



Last Vegas (USA 2013)

mit u. a. Michael Douglas, Robert De Niro,
Morgan Freeman

Uralt-Playboy Billy plant seinen verspäteten Junggesellenabschied in Las Vegas. Gemeinsam mit den Jugendfreunden Paddy, Archie und Sam will er es „so richtig krachen lassen“. Doch die Jahrzehnte sind an keinem spurlos vorübergegangen. Zum einen hatten sie Las

Vegas ganz anders in Erinnerung, zum anderen zeigt sich, dass jeder seine eigenen Probleme mit sich herumträgt. So gerät die Abschiedsparty bald außer Kontrolle ... und die Schauspieler – allesamt Oscar-Preisträger – dürfen sich zum Vergnügen der Zuschauer herrlich austoben.

DVDs ZU GEWINNEN

Das „Kursana Magazin“ verlost gemeinsam mit „Dussmann das KulturKaufhaus“ je drei Exemplare von:

- Sein letztes Rennen
- Best Exotic Marigold Hotel
- Mr. Morgan's Last Love

Schreiben Sie an die Redaktion Kursana Magazin,
Am Milchbornsberg 12, 51429 Bergisch Gladbach, oder
geben Sie eine Postkarte an Ihrer Kursana-Rezeption ab.

Rätseln & Gewinnen

Kennen Sie des Rätsels Lösung?

Dann schicken Sie eine Postkarte an:
 Kursana Magazin, Am Milchbornsberg 12,
 51429 Bergisch Gladbach.
 Oder mailen Sie uns:
 Kursana-Magazin@media-team-gaarz.de
 Oder: Geben Sie Ihre Postkarte einfach an der
 Rezeption einer der Kursana-Einrichtungen ab.

Einsendeschluss ist der 29. Februar 2016.

Mit etwas Glück gewinnen Sie ein Vierteljahr lang
 jeden Monat einen Blumenstrauß.

Herzlichen Glückwunsch! Frau Gisela Stoll aus Wolf-
 schlungen ist die Gewinnerin der letzten Ausgabe. Das
 Lösungswort lautete „Ballettschule“.

ohne Feuch- tigkeit	östr. Erz- zog † 1889	▼	ge- mäßig	sich irren	▼	▼	franzö- sischer unbest. Artikel	○ 6	griff- bereit	Beifalls- sturm	Vorname des Autors Mailer
▶	▼		○ 3				Ewigkeit in der griech. Antike	▶		▼	▼
Aristo- kratie			italie- nisch: drei	▶		○ 11	Warte-, Sperr- frist		Abk.: Ver- ordnung	▶	
▶				griech. Göttin (Gerech- tigkeit)	▼		Emirat am Per- sischen Golf	▶	○ 2		
orienta- lische Märchen- figur			venezia- nische Münze im MA.	▶						Hoch- stapler	
▶				○ 7		tropische Hart- schalen- frucht		griechi- sche Göttin d. Gewalt	▶	○ 12	
▶		○ 13	stark windig		alter Name Sri Lankas	▶					
nicht selten	engli- sche Brief- anrede	vor- einge- nommen	▶				○ 1				Abdich- tungs- material
zwei Musizie- rende	▶			Abk.: Aszen- dent	▶		○ 10	feier- liches Gelübde			Männer- kurz- name
▶		○ 5		kurz für: eine	Kfz-Z. Bergisch Glad- bach	▼	○ 4	früherer östr. Adels- titel	▶		
Haken- schlinge		Tech- niker	▶							○ 8	
uner- laubt	▶				○ 9						

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

KURSANA

- ~ Aktiv am Leben teilnehmen
- ~ Unterstützung in jeder Lebenslage
- ~ Sicherheit und Geborgenheit
- ~ Service und Komfort genießen
- ~ Gemeinschaft macht stark

Kursana Residenzen GmbH
Schützenstraße 25
10117 Berlin

Telefon 0 30 . 20 25 - 20 00
Telefax 0 30 . 20 25 - 20 99

kursana@dusmann.de
www.kursana.de

Ein Unternehmen der Dusmann Group



**Kursana ist
TÜV-zertifiziert**

Impressum

Kursana Magazin

Kursana Residenzen GmbH
Schützenstraße 25, 10117 Berlin,
Telefon 0 30 . 20 25 - 20 00

Herausgeber
Jörg Braesecke (V.i.S.d.P.)

Chefredaktion
Michaela Mehls
E-Mail: mehls@dusmann.de

Redaktion
Dieter Gaarz
E-Mail: gaarz@media-team-gaarz.de

Redaktionelle Mitarbeit
Antje Berger, Bernhard Brügger, Ute
Fragenberg, Kerstin & Michael Hedrich,
Ingmar Keller, Martina Krüger, Elke

Landschoof, Jürgen Oehler, Martina Petersen,
Christine Reguigne, Achim Ritz, Silke Ruhnke,
Dirk & Marion Schariott, Björn Trautwein

Fotos und Illustrationen
Claas Abraham, Alive AG, Tobias Bugala,
Birgit Cullmann, EuroVideo Medien, Ute
Fragenberg, Konstantin Gaarz, Thomas
Häntzschel, Michael Hedrich, Frank Homann,
Petra Homeier, Angelika Jakob, Christian
Jungeblodt, Bernd Kusber, Kursana, Elke
Landschoof, Gregor Lorenz, Omega Pharma,

Catharina Peppel, Martina Petersen, Achim
Ritz, Senator Home, Twentieth Century Fox,
Klaus Ulrich, Universal Pictures, Universum
Film, Oliver Weiner

Layout und Satz
Dusmann Stiftung & Co. KGaA
Abteilung Marketingkommunikation

Druck und Versand
Brandenburgische Universitätsdruckerei und
Verlagsgesellschaft Potsdam mbH